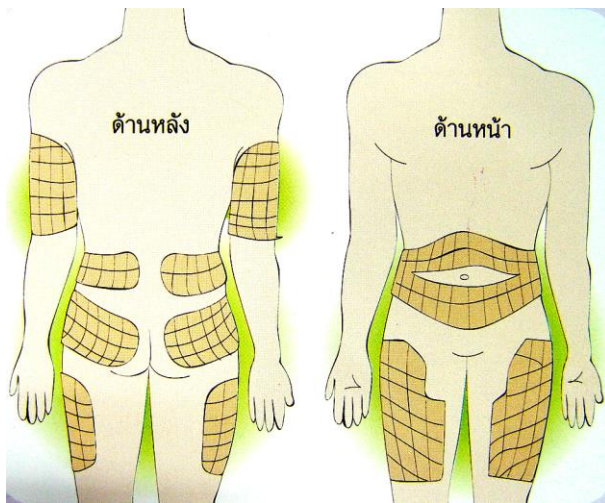


## การเลือกและการหมุนเวียนตำแหน่ง

# สำหรับการฉีดอินซูลิน

จากรูปแสดงให้เห็นถึงบริเวณของร่างกายที่เหมาะสมสำหรับการฉีดอินซูลิน



## ข้อแนะนำเพิ่มเติมที่ควรระวังในการฉีดอินซูลิน

- ไม่ควรฉีดซ้ำในตำแหน่งเดิมบ่อยจนเกินไป
  - จัดจำตำแหน่งที่ฉีดยาในแต่ละวันและควรเลื่อนตำแหน่งไปตามบริเวณที่เหมาะสมทุกครั้งหลังฉีด โดยตำแหน่งใหม่ควรมีระยะห่างจากตำแหน่งครั้งหลังสุดประมาณ 1 นิ้ว
- ทั้งนี้เพื่อให้มั่นใจว่าการดูดซึมของอินซูลินจะเป็นไปโดยสม่ำเสมอ และเป็นการหลีกเลี่ยงการทำลายเนื้อเยื่อใต้ผิวหนังด้วย

## ข้อควรทราบ

- เลือกใช้ชนิดและจำนวนของอินซูลินตามที่แพทย์ของท่านระบุเท่านั้น
- ควรฉีดอินซูลินก่อนรับประทานอาหาร ประมาณครึ่งชั่วโมง หรืออาจจะต้องฉีดก่อนนอนด้วยถ้าเป็นอินซูลินชนิดออกฤทธิ์ยาว อย่างไรก็ตามสิ่งที่สำคัญคือ ท่านต้องปฏิบัติตามคำสั่งของแพทย์โดยเคร่งครัด
- ควรสังเกตวันหมดอายุของอินซูลินก่อนการใช้ทุกครั้ง
- จงเลือกซื้อแต่เข็มฉีดยาหรือปากกาที่ออกแบบมาเพื่อการฉีดอินซูลินเท่านั้น
- ควรเก็บอินซูลินของท่านในตู้เย็น แต่ไม่ใช่ในช่องแช่แข็ง โดยมีอุณหภูมิระหว่าง 2-8 องศาเซลเซียส และต้องหลีกเลี่ยงมิให้ถูกความร้อนจัดหรือแสงแดดอย่างเด็ดขาด
- ตรวจสอบอินซูลินของท่านก่อนการใช้ทุกครั้งว่ามีลักษณะผิดปกติหรือไม่ อินซูลินชนิดออกฤทธิ์เร็วจะมีลักษณะเป็นน้ำยาใสปราศจากสีและตะกอน ส่วนอินซูลินชนิดออกฤทธิ์ยาวจะมีลักษณะเป็นน้ำยาสีขาวขุ่น อินซูลินทั้ง 2 ชนิดจะต้องปราศจากกลุ่มก้อนหรือตะกอน และไม่มีการเปลี่ยนสีหรือผ่านการแช่แข็งมาก่อน

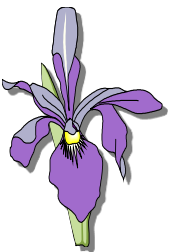
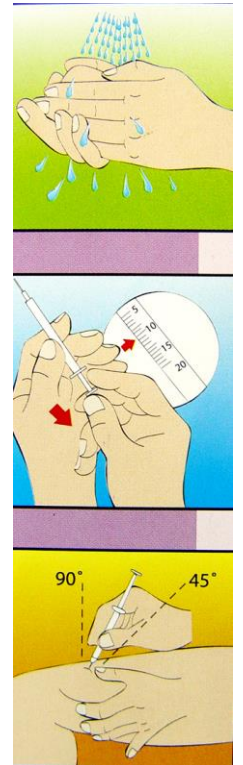
## งานสุขศึกษา

## และประชาสัมพันธ์

## โรงพยาบาลบางกระพุ่ม

## การฉีด

# อินซูลิน

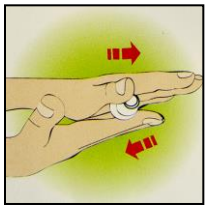


## การเตรียมขนาดยาอินซูลิน

เตรียมอุปกรณ์สำหรับการฉีดยาให้พร้อม ได้แก่ ยาอินซูลิน เข็มสำหรับฉีดยาอินซูลิน แอลกอฮอล์ 70 % และสำลี เมื่อได้อุปกรณ์ครบแล้วสามารถเตรียมขนาดยาอินซูลินได้โดยปฏิบัติตามขั้นตอนต่อไปนี้



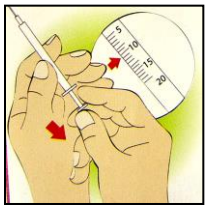
- 1 ล้างมือให้สะอาดด้วยสบู่และน้ำ แล้วเช็ดมือให้แห้ง



- 2 คลึงขวดอินซูลินไปมาบนฝ่ามือ เพื่อให้ตัวยาผสมเข้ากันดี และมีอุณหภูมิใกล้เคียงกับร่างกาย ซึ่งจะช่วยลดอาการปวด หลังการฉีดยา

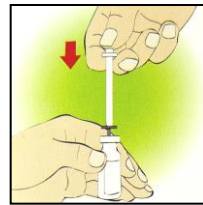


- 3 เปิดฝาครอบจุกยางออก (ถ้ามี) เช็ดจุกยางด้วยสำลีชุบแอลกอฮอล์



- 4 ดูดอากาศเข้ามาในหลอดฉีดยาให้มีปริมาตรเท่ากับยาที่จะต้องใช้

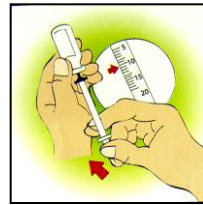
## การเตรียมขนาดยาอินซูลิน



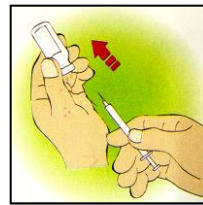
- 5 แทะเข็มฉีดยาให้ทะลุจุกยางของขวดยาแล้วฉีดอากาศเข้าไปในขวด ซึ่งจะช่วยให้การดูดอินซูลินเข้าไปในหลอดฉีดยาได้ง่ายขึ้น



- 6 คลำขวดยาที่มีเข็มปักค้างอยู่ลงแล้ว ยกขึ้นให้อยู่ในระดับสายตาค่อยๆ ดูดอินซูลินเข้าหลอดฉีดยาในขนาดที่ต้องการ



- 7 ตรวจสอบว่ามีฟองอากาศอยู่หรือไม่ ถ้ามีให้ฉีดยากลับเข้าไปในขวดใหม่แล้ว ดูดยากลับเข้ามาอีกครั้งจนได้ขนาดที่ต้องการ

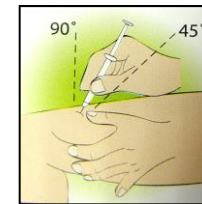


- 8 ตรวจสอบขนาดของอินซูลินให้แน่ใจอีกครั้งหนึ่งก่อนทำการฉีดยา

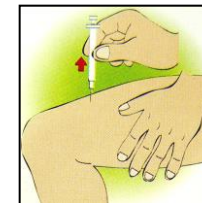
## การฉีดอินซูลิน



- 1 ทำความสะอาดผิวหนังบริเวณที่จะฉีดด้วยสำลีชุบแอลกอฮอล์



- 2 ใช้มือข้างหนึ่งดึงบริเวณที่จะฉีดยาให้สูงขึ้น จับเข็มฉีดยาในลักษณะเหมือนกับการจับปากกาแล้วแทงเข็มฉีดยาลงมาเร็วๆ โดยทำมุมระหว่าง 45-90 องศา กับผิวหนังบริเวณนั้นแล้วค่อยๆ ฉีดอินซูลินให้หมดภายในเวลา 4-5 วินาที



- 3 ถอนเข็มออกจากผิวหนัง ถ้ามีเลือดไหลซึมออกมาใช้สำลีที่สะอาดกดไว้เบาๆ ประมาณ 5 วินาที ห้ามถูบริเวณที่ฉีดเด็ดขาด เพราะความร้อนจากการถูจะทำให้อินซูลินที่ฉีดไว้ถูกดูดซึมเร็วเกินไป



- 4 บันทึกการฉีดอินซูลินลงในสมุดบันทึกของท่านทันที

